



Dr. Jörg-Peter Schröder

Stressmanagement – Über den Umgang mit Stress und dem Nutzen von gesunder Führung

Seminar C
14.03.2016, 10:00 – 13:00 Uhr

„Wenn wir die Negativenergie von Stress in positive Handlungsenergie transformieren, entsteht durch gesunde Führung nachhaltiges Unternehmenswachstum.“

Dr. Jörg-Peter Schröder

Wenn immer mehr in immer kürzerer Zeit erledigt werden soll, Ziele permanent erhöht und verändert werden, Entscheidungen nicht getroffen werden und der Druck im Unternehmen steigt, reagieren viele mit Stress-Symptomen. Mögliche Folgen: Mitarbeiter werden krank, in Teams kommt es zu Konflikten und im Unternehmen geht die Angst um.

Auf Basis systemischer Impulse werden folgende Kernthemen zum Stressmanagement aus unterschiedlichen Blickwinkeln beleuchtet:

- Was erzeugt den Stress in unserem Unternehmen?
- Montags könnt ich kotzen – Somatische Marker verstehen
- Wenn aus Wut Bluthochdruck entsteht – Konflikte als Stress-Symptome im Team transformieren
- Prävention und Prophylaxe statt symptomorientierte Maßnahmen in der Stressbewältigung
- Rolle, Kompetenz und Verantwortung der Führungskräfte neu definieren
- Mind-Set reflektieren
- Ansatzhebel für gesunde Führung.

Reflexionsbereitschaft, Sinnvermittlung und offene Feedbackkultur sind wichtige Ansatzhebel einer gesunden Stress-Prävention. Soft-Skills spielen eine genau so wichtige Rolle wie die Hard-Facts der Balanced-Score-Card. Bei einem systemischen Wandel zum Umgang mit Stress geht es nicht primär um strukturelle Veränderungen, sondern um einen Prozessmusterwechsel des Führungsverhaltens. Gesunde Führung trägt über die systemische Änderung der Führungskultur dazu bei, dass Mitarbeiter mit Freude, Eigeninitiative und innerer Bereitschaft das leisten, was ihren Talenten und Potenzialen entspricht.

Dr. Jörg-Peter Schröder, mit internationaler Führungserfahrung in renommierten Unternehmen arbeitet Dr. Jörg-Peter Schröder seit 1987 im Gesundheitsmanagement. Als Arzt, Executive-Coach und Leadership-Experte hat er sich auf gesunde Führung und Stressprävention fokussiert. Mit konkreten Programmen entwickelt und begleitet er Unternehmen und deren Führungskräfte auf dem Weg zu gesundem Wachstum.

Dr. med. Jörg-Peter Schröder
Frequenzwechsel, Budenheimer Weg 67, 55262 Heidesheim
Tel.: 06132 50 95 011, E-Mail: info@frequenzwechsel.de, Internet: www.frequenzwechsel.de